**Jadłospis dla żłobka na okres 9-13 grudnia 2019 r.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień tygodnia** | **Śniadanie****II Śniadanie** | **Zupa** | **II danie** | **Podwieczorek** |
| Poniedziałek09.12.19 | Zupa mleczna: płatki jaglane (12 g) na **mleku** 2 % (180 g)Chleb pszenny, grahamz **masłem,**(mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**,schabem pieczonym, ogórkiem zielonym, rzodkiewką (61,50 g), napój mleczny – kawa zbożowa(200 g)/(**mleko 1,5 %,** kawa zbożowa -**jęczmień, żyto, pszenica,** cukier kryształ**)**herbata z cytryną i cukrem (125 g)**II Śniadanie**Mus warzywno-owocowy 100 % Kubuś (100 g) | Wielowarzywna(200 g)((wywar z warzyw –– mieszanka 7-składnikowa (marchew, **seler** korzeń, pietruszka korzeń, por, brukselka, fasolka szparagowa zielona, kalafior), ziemniaki, śmietana 18 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Makaron świderek z twarogiem półtłustym (95 g)((makaron (mąka **pszenna, jaja),** twaróg półtłusty z **mleka,** masło**z mleka**, cukier waniliowy, cukier kryształ, cynamon)) Woda mineralna niegazowana z cząstkami pomarańczy (200 g) | Ryż z truskawkową polewą i płatkami migdałowymi (95 g)((ryż biały, truskawki, jogurt naturalny z **mleka**, miód wielokwiatowy, płatki migdałowe (**orzechy**)) |
| Wtorek10.12.19 | Kajzerka pszenna z **masłem,** (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**,miodem wielokwiatowym(41,50 g),mleko (200 g), herbata z cytryną i cukrem (125 g)**II Śniadanie**Gruszka | Rosół drobiowy z kaszą manną(200 g)((wywar mięsno-warzywny - porcja rosołowa drobiowa, marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, kaszamanna **(pszenica),** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Ziemniaki puree (80 g), potrawka drobiowa z dramstików z warzywami (55 g), surówka z kapusty pekińskiej(50 g)((ziemniaki**,** masło z **mleka,** koper, dramstik z kurczaka, marchew, pietruszka, **seler**, por, cebula, masło z **mleka**, śmietana z **mleka**, kapusta pekińska, pomidor, ogórek zielony, papryka żółta, cebula czerwona, kukurydza konserwowa, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, kwasek cytrynowy, zioła))Kompot jabłkowo-wiśniowy (200 g)(jabłko, wiśnia mrożona, cukier kryształ) | Owoce: banan (90 g), kiwi (50 g) |
| Środa11.12.19 | Zupa mleczna: lane kluski((mąka **pszenna** (12 g), **jaja**(10 g)) na **mleku** 2 % (180 ml)Chleb pszenny, grahamz **masłem,**(mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**,filetem po góralsku drobiowym, sałatą zieloną, pomidorem, szczypiorkiem (61,50 g),herbata z cytryną i cukrem (200 g)**II Śniadanie**Sok wielowitaminowy Tymbark (150 g), chrupki kukurydziane (6 g) | Krem z cukinii (180 g) z groszkiem ptysiowym (10 g)((wywar z warzyw -marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, cukinia, śmietana 18 % z **mleka,** groszek ptysiowy(mąka **pszenna,**masa jajowa),masło z **mleka,**  przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk))  | Racuchy drożdżowe z owocami (70 g)(mąka **pszenna, mleko, jaja**, drożdże, jabłka, banany, cukier kryształ, olej rzepakowy, cukier waniliowy) Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ)) | Mleczna pianka na bazie jogurtu naturalnego z winogronami (150 g) (jogurt naturalny z **mleka**, galaretka cytrynowa – proszek, winogrono) |
| Czwartek12.12.19 | Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni)**z **masłem,** paseczkami papryki czerwonej i żółtej, **jajecznica** na **maśle (71 g),** napój mleczny – kawa zbożowa(200 g)/(**mleko 1,5 %,** kawa zbożowa -**jęczmień, żyto, pszenica,** cukier kryształ**)**herbata z cytryną i cukrem (125 g)**II Śniadanie**Malinowy shake (200 g)(**mleko** - 100 g, jogurt naturalny z **mleka** - 50 g, maliny - 120 g, miód pszczeli wielokwiatowy - 10 g) | Rosół drobiowy z makaronem nitka(200 g)((wywar mięsno-warzywny - porcja rosołowa drobiowa, marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, makaron **(**mąka **pszenna, jaja),** przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk)) | Kasza **jęczmienna** (50 g), gulasz wp. z szynki (50 g), kalafior(50 g)((ziemniaki, szynka wp., olej rzepakowy, mąka pszenna, kalafior,przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła)Kompot jabłkowo-porzeczkowy (200 g)(jabłko, czarna porzeczka mrożona, cukier kryształ) | Kisiel z jabłkami z soku wieloowocowego 100 % z tartym jabłkiem (200 g), (sok 100 % Tymbark, mąka ziemniaczana, jabłka) |
| Piątek 13.12.19 | Zupa mleczna: wielozbożowe kuleczki czekoladowe (15 g) (mąka **pszenna)**z **mlekiem (180 g)**, bułka graham (25 g))(mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**) z **masłem** - (4 g),herbata miętowa (125 g)**II Śniadanie**Marchew słupki (40 g), mandarynka | Pomidorowa z ryżem (200 g)((wywar z warzyw -marchew**, seler** korzeń**,** pietruszka korzeń, por, cebula, pomidory pasteryzowane, sok pomidorowy, ryż biały, śmietana 18 % z **mleka**, przyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, pietruszka zielona, lubczyk))  | Ziemniaki puree (80 g), smażony sznycelek z mintajai dorsza (35 g), sałatka z buraków i jabłek (50 g) ((ziemniaki, masło z **mleka**, filet z mintaja/dorsza (**ryba)**, **jaja,** bułka graham (mąka **pszenna,** zakwas piekarski **żytni**), bułka tarta (mąka **pszenna**), kasza manna (**pszenica**), olej rzepakowy, buraki ćwikłowe, jabłka, cebulaprzyprawy naturalne: pieprz, sól niskosodowa, zioła, kwasek cytrynowy))Kompot wieloowocowy (200 g)(mieszanka kompotowa mrożona - agrest, porzeczka czarna, śliwka, truskawka, cukier kryształ) | Bakuś - puszysty serek owocowy (90 g)**((mleko**, kwasy omega 3 **(ryba, soja))** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **\* Jadłospis może ulec zmianie****\* W nawiasach podano przybliżoną wagę 1 porcji (g) posiłku** |
| **\* Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r.** **w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności w jadłospisie wytłuszczonym drukiem wyróżniono**  **składniki powodujące alergie lub reakcje nietolerancji** **/-/ /-/**  **Intendent Kierownik Gminnej Jednostki** **Usług Komunalnych w Bobowej** **mgr Sabina Ligęzowska mgr Dorota Popiela** |

 |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |